

# 腎友さがみはら



ヘルプマーク

腎友会ニュース 第171号

相模原市

発行日: 令和5年9月17日

責任者: 羽田 彌

相模原市南区南台2-8-1-301 TEL 042(748)3773

※ヘルプマーク: 内部疾患などの障がいや疾患が外部から分からない人が支援や配慮を必要としていることを周囲に知らせる事が出来るマーク。



写真「座間ひまわり畑」 相模大野内科・腎クリニック 藤本理絵様撮影 (賛助会員)

## 目次

- ・各政党との政策懇談会に参加・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
- ・マル障に「年齢制限」「所得制限」を導入(案)が市より提示される・・・・・・・・ 3
- ・会員拡大行動お願い・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
- ・ボランティア募集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
- ・青い鳥ハガキ寄贈者・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
- ・第37回医療・栄養講演会結果報告①・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9
- ・第40回ふれあい作品展開催・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11
- ・日本透析医会災害時情報ネットワーク書き込み訓練結果・・・・・・・・・・・・ 12
- ・入会者紹介・・ 13
- ・活動日誌・・ 13

## 各政党との政策懇談会に出席、 相模原市腎友会の要望事項を陳述

恒例の標記の政策懇談会が開催されませんでした。ひとつは7月27日（木）の**自民党**との政策懇談会です。これは、NPO 法人れんきょうに対し招聘あり、相模原市腎友会はれんきょうに加盟団体の一つとして羽田が参加しました。

次は8月3日（木）の**公明党**です。NPO 法人れんきょうに対しての招聘であり、持ち時間30分で、相模原市腎友会からはれんきょうへの加盟団体の1つとして羽田が出席しました。

そして、10時30分から11時までが相模原市腎友会が単独で招聘されており、**小久保、二ノ宮、羽田**が出席しました。

また、8月22日（火）には、**立憲民主党**から相模原市腎友会が単独で招聘されましたが、時間調整がつかず、NPO 法人れんきょうの持ち時間に合流しました。政党側の出席者は国会議員、県議会議員、市議会議員がなどです。

相模原市腎友会からの要望事項は全政策懇談会共通で以下の通りです。

### 1. 重度障害者医療費助成制度の現行の形での継続（市への要望）

令和5年度も現行の形で継続いただき感謝しております。市は、本制度を持続可能なものとするため、今後も必要な取り組みを行ってまいりますとありますが、障がい者にとり、本制度は大変貴重な支援であり、是非とも現行の形での継続をお願いします。

### 2. 透析患者に対するタクシー券の金額増額（市への要望）

市は事業の目的や効果、他都市との水準の比較などの視点から市の単独事業の扶助費の見直しの中で進めるとのことですが、是非とも、横浜市、川崎市等の事例を勘案いただき、早期の増額をお願いします。

### 3. 透析施設併設の「介護医療院」の整備（市並びに県への要望）

「介護医療院」は平成30年に創設された制度で、医療と介護のニーズを併せ持つ高齢者に対応する介護医療保険施設として、高齢の長期透析患者の受け皿になる制度として希望が持てるものと言われています。県下には12施設、その内、相模原市及びその近隣に4施設がありますがそれらの全ての介護医療院は透析医療を行っていません。是非とも相模原市に

においては透析医療を行う介護医療院の開設をご検討頂きたく宜しくお願  
いたします。

#### 4. CKD（慢性腎臓病）の予防・重症化防止に向けた啓発活動（市並びに県へ要望）

透析患者を増やさないことにより、多額の医療費の発生を抑制する為にも慢性腎臓病（CKD）及び透析患者の原疾患の一つである糖尿病の予防・重症化防止に向けた啓発活動の拡充に配慮ください。

これら相模原市腎友会の要望に対して、政党側の見解は真摯に受け止め、市行政に当たっていくとの回答でした。

なお、公明党の相模原市腎友会単独の懇談会の際に、事前に用意した上記の要望に加えて、**小久保より**、他の自治体などでな、带状疱疹の予防注射への市行政の支援があると聞くが相模原市では支援が無い。どうなっているか質問をしました。

市議会議員側からは、確かに綾瀬市などは市の支援があるが相模原市は未だである。市行政に要望するとの回答を得ました。

また、**二ノ宮より**は、介護医療院にての透析医療実施は直ぐには難しいだろうが高齢の透析患者の住居確保が困難な状況にある中、福岡県では、県知事の一声により高齢透析患者の特別養護老人ホームへの入所が可能になった事例があります。相模原市としても高齢透析患者の住まいの確保に支援をいただきたいと要望しました。（羽田記）



## マル障に「年齢制限」「所得制限」を導入（案）が市より提示される

去る8月23日に市が主催の「障害施策の見直し及び転換に関する意見交換会」が開催されました。NPO法人れんきょうが、予てより、障がい者施策について決定してからの説明会でなく、「案」の段階での意見交換会の開催を強く要望していたものが実現しました。

市側からは、健康福祉局地域包括推進部の鈴木秀太郎部長始め関係の課長等16名が出席しました。

障がい者団体は、市内の障がい児者団体の全団体に声が掛けられ14団体25名が出席しました。相模原市腎友会からは羽田が出席しました。

市から冒頭、「障害者施策の見直し及び転換」の必要性の説明あり、次に、「見直し及び転換（案）」の具体的案の説明がありました。その内、私たち腎友会に関係する項目は次の通りで、席上、小生の質問した内容並びに後日書面にて提出した要望事項を以下に記します。

### 1. 「障害者施策の見直し及び転換に関する市の提示案

私たちに関係する項目は以下の通りです。

#### 1) 市重度障害者等福祉手当(60,000円/年)見直し案

制度の廃止。激変緩和措置として段階的に廃止

6月後 新規受付廃止

1年後 支給額半額

2年後 廃止

#### 2) 重度障害者医療費助成(マル障)見直し案

ア、年齢制限の導入

65歳以上の新規手帳取得者等は対象外。既存受給者は影響を考慮して引続き対象とする。

イ、所得制限の導入

本人所得が一定の所得を超える場合は対象外（特別障害者手当基準相当

### 2. 当日、席上で小生から質問

#### 1) 重度障害者医療費助成に関して

横浜市、川崎市は制限導入を実施しているか？

【市の回答】

横浜市、川崎市は導入していない。

#### 2) 透析患者の福祉タクシー券に関して

私たちが予てよりお願いしている「透析患者の福祉タクシー券金額の増額」が見直し案の中にないがどうしてか？

【市の回答】

透析施設の患者送迎が整備されており、タクシー券金額の増額は必要ないと考えた。

**3. 後日、書面にて次の通り要望書を提出しました。**

**1) 重度障害者医療費助成**

【要望】

次の理由・背景により制約条件なしで現行の形で継続をお願いします。

- ① 重度障害者医療費助成は私たち透析患者にとって、非常に貴重な制度であり、制限導入を1日でも遅らせていただきたい。

透析患者の場合、合併症が多く、この制度により医療費・薬剤費負担がゼロになり、非常に助かっています。

因みに、私事で恐縮ですがここ数年の小生の場合の透析以外の医療費・薬剤費関係は以下の通りです。

・前立腺癌に対して放射線治療とホルモン剤治療、・転倒による仙骨を損傷（一時車いす生活）、帯状疱疹、・胆嚢炎（入院）、・放射線治療の後遺症の直腸炎、・手根管手術、これらに必要な薬剤 15 種類等。

- ② 今の制度があるので、我慢せず、軽い症状のうちに受診でき、悪化するのを防いでいる。重篤にならないうちに、治療できる。このことは医療費の増加を防ぐことにつながる。

- ③ 令和4年度の福祉施策懇談会に本件に関する市の回答において、「財源確保に向けて、神奈川県への要望活動を強化する」とありますので何らかの財源確保をして現行の形での継続をお願いします

- ④ 県下 33 市町村のうち制限を現在導入していない市町村は以下の通りです。

i) 年齢制限（10 市町村）

横浜市、川崎市、平塚市、藤沢市、小田原市、南足柄氏、箱根町、真鶴町、湯河原町、清川村

ii) 所得制限（17 市長村）

横浜市、川崎市、横須賀市、葉山町、三浦市、平塚市、藤沢市、二宮町、茅ヶ崎市、海老名市、座間市、綾瀬市、小田原市、大井町、箱根町、真鶴町、湯河原町

未だ、数多くの自治体が制限を導入していない段階で、相模原市は導入を

見合わせていただきたい。特に、横浜市、川崎市の動向を注視していただきたい。

## 2)透析患者へのタクシー券

### 【要望】

次の理由・背景により透析患者へのタクシー券金額の増額をよろしく願います。

- ① 会議席上、標記の件が案に無かった理由として透析施設による患者送迎が整備されているからの説明でありましたが以下の通り実態を調べた結果タクシー券のニーズは相変わらず大きいと言わざるを得ないです。

### ＜相模原市透析施設の送迎実施状況(弊役員調べ)＞

(森下記念病院)大和市腎友会の福祉有償運送を活用。有料、市のタクシー券で支払い可能。年間を通すとタクシー券が足りないと聞く。

(さがみ循環器クリニック)送迎あり、但し、送迎を希望している人全員が利用出来るわけではありません。タクシー券支給金増額を必要とする人も居るかも知れません。タクシー券を必要としない人も居るかも知れません。タクシー券が足りないという話は聞いています。

(淵野辺総合病院)送迎無し。

(橋本クリニック)橋本駅からの送迎或るも限定的。

(相原病院)送迎あり

(相武台ニーレンクリニック)送迎あり。但し、自力乗降可能な人のみ対象、また同じ方向の人が或る人数が纏まらないと出ない。

(相模原クリニック・第二相模原クリニック)送迎あり、但し、午前透析者のみ対象で、午後、夜間透析者は対象外、また、自力乗降が可能な人のみが対象。

(相模大野内科・腎クリニック)送迎無し。

- ② NPO 法人神奈川県腎友会が実施した神奈川県下の透析患者実体調査によれば、病院の送迎利用者の構成比は 12.9%とあります。
- ③ 横浜市、川崎市は透析患者へのタクシー券支給は、一般障がい者に比し倍の 84,000 千円支給されているということに対して、市は、相模原市は、横浜市、川崎市で支給されていない重度障害者等福祉手当(6万円/年)があると説明していたが、今度、福祉手当がなくなります。横浜市、川崎市と同じ条件になるので透析患者へのタクシー券金額を 84,000 円にしていきたい。

(羽田記)

## 会員拡大行動お願いについて

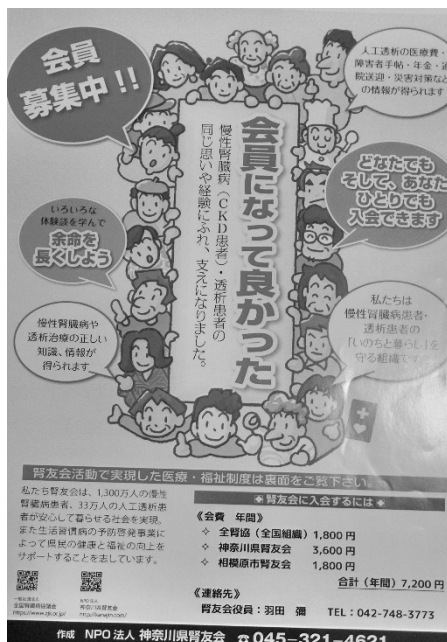
腎友会会員が減少しています。会費納入が終了する7月末現在の相模原市腎友会会員数は患者会員が168名、賛助会員が31名、合計199名です。昨年の同時期より患者会員が32名、賛助会員が1名、合計33名の減少です。腎友会に対しての考えは種々あろうかと思いますが相模原市腎友会としては深刻な状況にあると認識しています。

腎友会の会員数が減少すると市行政・市議会等に対する発言力は小さくなることは必至です。現在、重度障害者助成制度を現行の形で継続を市行政、市議会に強く陳情しているさなかであり、腎友会の会員の減少していくことは少なくとも良い話ではないと考えます。会員数において現状をボトムとして拡大に転じる必要があると考えます。

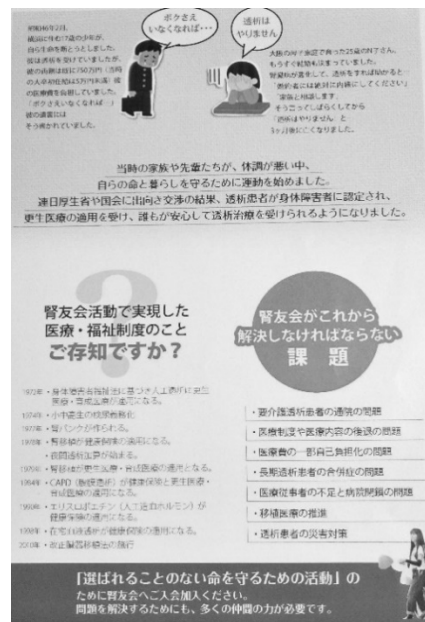
そこで会員の皆さまにお願いです。会員拡大にご助力いただきたいのです。具体的には、皆さまの近くに新しい透析患者が見えたときに、腎友会の存在を一言話していただくことです。もし、それば難しい場合は、腎友会の役員に新しい透析患者が見えたことを伝えていただきたいのです。役員がフォローします。新しい透析患者は、腎友会への入会の可能性が高いのです。どうか、皆さまのお力添えをよろしくお願いします。

役員・連絡委員も動きます。神奈川県腎友会制作の勧誘チラシ「会員になって良かった」と「相模原市腎友会の具体的内容」及び入会申込書をセットにして、未入会者全員には配布できませんが極力多くの未入会者に配布し、会員勧誘を行います。(羽田記)

<県腎友会制作チラシ表面>



<同チラシ裏面>





## 活動報告

### ボランティア募集

～健康フェスタ「腎臓病のお話と相談会」のスタッフ要員として～

来る10月21日（土）に健康フェスタの中のプログラムの一つとして、相模原市腎友会が主催で医療講演会と医療相談会「腎臓病のお話と相談会」を開催します。

当日の運営・進行は、従来から相模原市腎友会の役員のみに行っており、しかし、昨今、役員になっていただける方なかなか少ないこと、当日は、土曜日であり<sup>(注)</sup>、透析時間の関係で携われる役員に限度があることなどからスタッフ要員が極めて少ないのが現状なのです。

<sup>(注)</sup> 健康フェスタの開催が市が主催であり曜日変更が出来ない。

そこで、会員の皆さま、そして、連絡委員の皆さまに当日のスタッフ要員としてお手伝いをいただきたいのです。役割としては、会場設営、受付係、質疑応答の際のマイク係、照明点灯係などです。

なお、当日は、些少ではありますが交通費の一部を支給致します。

お手伝いいただける方は以下に出来るだけ早期に遅くとも10月10日までにご連絡下さい。ご連絡をお待ちしています。

当日のプログラム全体を以下に記します。

#### 1. 開催趣旨

「慢性腎臓病（CKD）は10人に一人が罹患していると言われていますが、放っておくと進行して「慢性腎不全」から人工透析治療に至ります。

人工透析医療の大変さを知っている相模原市腎友会として、透析導入者が少なくなることを願って一般市民に対して北里大学病院の先生により講演会と相談会を実施するものです。

#### 2. 日時

令和5年10月21日（土）10時～12時30分（開場は9時半）

～スタッフ集合時間は9時～

#### 3. 内容

ア、腎臓病のお話（医療講演会） 10時～11時10分（70分）

・講師 北里大学病院腎臓内科 科長・教授 竹内康雄先生

・演題 『慢性腎臓病（CKD）～基本から up-to-date まで～』



イ、医療相談会 11時20分～12時30分（70分間）

・講師 北里大学病院腎臓内科 科長・教授 竹内康雄先生

・講師 北里大学医学部 講師 鎌田真理子先生

両先生による併行実施。一人の先生の持ち時間は70分

一人当り面接時間10分 ⇒ 一人の先生の面接人数7名

結果、相談人数14名

#### 4. 会場

ア、医療講演会 けやき会館2階大研修室

イ、医療相談会 上記大研修室の後方に相談コーナーを設ける。

#### 5. 主催

さがみはら市民健康づくり会議、相模原市、**相模原市腎友会**

#### 6. 後援

北里大学病院

#### 7. 対象

一般市民（参加費無料）

講演会：先着60名、相談会：先着14名

#### 8. 申込先

相模原市コールセンター ☎ 042-770-7777

#### 9. 受付期間

9月20日（水）～10月9日（月）

#### 10. 告知活動

ア、広報さがみはら9/15号及び10/1号～健康フェスタ全体告知～

イ、「腎臓病のお話と相談会」独自チラシ・ポスターの制作

・チラシ 2,000部、・ポスター 230部

ウ、NPO法人れんきょう情報発信サイト「さーくる」

エ、NPO法人れんきょう機関紙「わ」

（羽田記）

♥♥ 青い鳥ハガキありがとうございます。（順不同） ♥♥

♥さがみ循環器クリニック

高平 八重子様	20枚	高橋 千枝子様	20枚	若林 泰幸様	20枚
前谷 泉様	20枚	堤 吉子様	20枚	楠井 忠子様	20枚
小倉 妙様	20枚	作間 光雄様	20枚	増田 由之様	20枚
柏木 康子様	20枚	加藤 千代様	20枚	宅田 光子様	20枚
金子 弘子様（非会員）	20枚	柏木康子様	未使用記念切手60円×79枚		

### 第 37 回医療・栄養講演会結果報告①

去る 7 月 2 日、前日の大雨とうって変わり、猛暑の晴天のもと第 37 回の医療・栄養講演会が 4 年ぶりに開催されました

医療講演は、さがみ循環器クリニックのリハビリテーション科・理学療法士原田愛永先生に『血液透析者におけるフレイルとその対策』というテーマで、栄養講演は、北里大学栄養部主任森岡優子先生に『しっかり食べて元気に過ごそう～サルコペニア・フレイルを防ぐ食事のコツ～』というテーマでお話してくださいました。

参加人数は 12 名（役員を除く）と少なかったのですが、充実した内容で、参加者はよい講演会であったと感想を述べていました。

募集要項の配布時期、講演内容をアピールするなど工夫し、もっと多くの会員の皆さまに聞いていただきたかったと役員一同、反省しました。

今回から数回に渡り、両先生のレジメをもとに講演会の内容をお伝えします。

フレイルの定義は大まかに言うと、加齢に伴う予備力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態で、健康な状態と要介護状態の間ということになります。

多面的に捉えるために身体的フレイル、認知・精神的フレイル、社会的フレイル、オーラルフレイルの側面から論じられるようになってきました。

それぞれ、スケールがあり、何項目に該当するか、何ポイントかでそれぞれのフレイルの状態を判断するというものです。

例えば身体的フレイルは、体重の減少の程度、筋力の低下（握力）、疲労感、歩行速度などで評価されます。（国立研究開発法人国立長寿医療研究センターJ-CHS 基準）

認知・精神的フレイルはやる気スコア、新しいことを学びたいと思いませんか？何か興味を持っていることはありますか？など 14 項目を答えることで評価されます。（島根医科大学第三内科）

社会的フレイルは、牧迫社会的フレイル指数で、昨年に比べて外出頻度が減っている、友人を訪れることがないなど 5 項目を答えることで評価されます。

オーラルフレイルは歯の数、咀嚼や嚥下の困難感、舌の力などで評価されます。

4 つの側面を包括的に評価するチェックリストも厚生労働省から出されています。

フレイルは、加齢、病気、環境、多剤服用、運動・栄養不足などさまざまな要因で生じる多要因症候群で、日常生活を自力で送ることが困難になっている状況のことです。

残念なことに透析患者はフレイルになりやすい状態だそうです。上記の要因だけでなく、透析患者特有の原因、

- ・慢性的低栄養の遷延
  - ・透析療法に伴うアミノ酸喪失                      筋量の低下
  - ・異化亢進<sup>(注1)</sup>／同化抵抗性<sup>(注2)</sup>                      筋力の低下
  - ・代謝性アシドーシス                                      活動量低下
  - ・透析による時間的制約・倦怠感
- があるからということです。

フレイルになると、

- ・日常生活に介護が必要となる。
  - ・家族の負担が増える
  - ・生活の質が落ちる
  - ・心臓病の発病や進行、転倒による骨折など新たな病気の発症
  - ・健康寿命・生命予後が短くなる
- といった負のスパイラルに陥る可能性がでてきます。

しかし、原因を理解すれば、予防や改善ができるそうです  
次回は具体的な対策について報告します。

(二ノ宮記)

(注1) 異化亢進とは

肝臓中のグリコーゲンの貯蔵エネルギーはすぐに無くなり、壊しやすい筋組織を分解してエネルギー源にします。また脂肪も壊してエネルギー源になります。このように体の組織を壊してエネルギー源を得なければいけない状態を異化亢進状態といいます。

(注2) 同化抵抗性とは

同程度のアミノ酸やタンパク質を摂取しても骨格筋の全成量は、若年者よりも高齢者（透析患者）のほうが少ないこと。  
高齢者（透析患者）は同化抵抗性を踏まえた栄養摂取がのぞまれます。

## 第40回ふれあい作品展開催について

標記の作品展の開催が決定して第一回実行委員会が去る8月13日に開催され、出席しましたので以下の通りご報告します。

コロナの分類が5類となって初めての作品展です。今年度も順位は決めず出品者には500円のクオカードが参加賞として贈呈されます。

募集作品 絵画、写真、書道、手工芸、陶芸

出品資格 腎友会員、会員の家族、腎友会の透析施設スタッフ

出品申込み締切り 10月6日（各施設の相模原市腎友会の役員宛て）

問い合わせ先 相模原地区作品展実行委員

・二ノ宮美和子（相模大野内科・腎クリニック）

・小久保きよ子（相武台ニーレンクリニック）

※ 臓器移植推進ポスターを募集します。

日本での臓器移植は数が少なく、腎臓の移植を希望し名簿に載ってから、およそ14年ぐらい待つそうです。臓器移植は、命をつなぐ医療です。そのことをアピールするポスターを募集します。昨年度は残念なことに応募ゼロでした。今年は奮って応募をお願いします。

### 【臓器移植推進ポスター応募要項】

・大きさ A3版

・画材は自由 絵の具、クレヨン、マジック、色鉛筆

デジタル（デジタルの画像掲載はJPGでお願いします。）

・全作品をふれあい作品展で展示します。優秀作品は腎友会のポスターとして使用させていただきます。

年々、出品作品展点数が減り、活気が失われているように感じます。たくさんの作品応募をお待ちしています。

会期 令和5年11月23日（木）～26日（日）10時～17時

23日は搬入日13時～、最終日展示は15時まで

会場 神奈川県民センター 1階 展示場（横浜駅西口）

（二ノ宮記）



## 今年も日本透析医会災害時情報ネットワークへの 書き込み訓練が行なわれました

『日本透析医会』は大災害時に備えて、『日本透析医会災害時情報ネットワーク』の情報書き込み（＝情報入力）の模擬訓練を全国で行なっています。今年も9月1日（木）に行われました。

相模原市及び近隣地区の透析施設では21の施設にご参加いただきました。

但し、9月1日午後10時45分時点の実績です。その後入力された施設は以下に記載されておりません。ご了承ください。具体的施設名を昨年度と対比して以下のとおりご報告いたします。（羽田記）

### ＜相模原市及びその近隣地区参加施設（順不同）＞

令和5年度（21施設）	令和4年度（11施設）
広瀬病院 相模大野内科・腎クリニック 橋本クリニック 相模原クリニック 第二相模原クリニック JA 相模原協同病院 さがみ循環器クリニック 森下記念病院 阪クリニック 北里大学病院 麻溝じんクリニック さがみ林間病院 橋本みなみ内科本院 橋本みなみ腎クリニック 渕野辺総合病院 相模原赤十字病院 総合相模更生病院 相原病院 地域医療機構相模野病院 相武台ニーレンクリニック（座間市） 海老名クリニック（海老名市）	広瀬病院 相模大野内科・腎クリニック 橋本クリニック 相模原クリニック 第二相模原クリニック JA 相模原協同病院 さがみ循環器クリニック 森下記念病院 阪クリニック 相武台ニーレンクリニック（座間市） 相模台病院（座間市）



## ♥♥ 再入会者紹介 ♥♥

### ♥森下記念病院

八巻良誠様

### ◆ 活動日誌 ◆

- 05/02～12 県腎友会機関紙「じんゆう」発送業務 渡部（広報委員長）  
05/30～06/08 全腎協機関紙「ぜんじんきょう」発送業務 渡部（広報委員長）  
06/18 県腎友会広報委員会 渡部  
06/18 県腎友会理事会 渡部、二ノ宮  
06/23 ボランティア協会講座検討委員会（れんきょう） 羽田  
06/25 れんきょう理事会 羽田  
07/02 第37回医療・栄養講演会 松山、大泉、山崎、加賀谷、渡部、藤本、  
小久保、二ノ宮、羽田  
07/06 市社会福祉審議会高齢者福祉等専門家分科会（れんきょう） 羽田  
07/08 ボランティア協会理事会（れんきょう） 羽田  
07/09 横須賀腎友会 50周年記念式典出席 渡部  
07/14 障がい者新成人を祝う会打合せ 羽田  
07/20 県腎友会の「かながわ未来県議団」ヒアリングに参加 渡部、二ノ宮  
07/27 自民党政策懇談会（れんきょう）羽田  
08/03 公明党政策懇談会（れんきょう）羽田  
08/03 公明党政策懇談会 小久保、二ノ宮、羽田  
08/06 第246回役員会 二ノ宮、小久保、渡部、松山、加賀谷、大泉、櫻井、羽田  
08/13 県腎友会ふれあい作品展実行委員会 二ノ宮  
08/19 ボランティア協会理事会（れんきょう） 羽田  
8/23 市障害者施策意見交換会 羽田  
08/23 立憲民主党政政策懇談会（れんきょう）羽田  
08/27 県腎友会新理事学習会 二ノ宮  
08/27 県腎友会理事会 渡部、二ノ宮  
08/29 健康づくり会議幹事会 羽田

### 編集後記

この度、機関紙の編集をお手伝いする事になりました。小久保と申します。解らない事ばかりですが、会員の方々に興味を持っていただけるような冊子ができたらいいなあ・・・と思います。

しかし、今年の夏は暑すぎます。私が子供の頃（50年ほど前）は30度を越えて初めて夏日と、言われていたのに、今は、体温越えです。水分管理が大変な透析患者は、夏は汗が出れば多少、管理は楽になりますが、だからといって健康な人と同じようには飲めません。辛いところですが・・・頑張りましょう。（小久保記）